17.05.2021 года



|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции, г** | **Пищевые вещества, г** | | | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 71 | Овощи натуральные свежие | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 |
| 260 | Гуляш | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,29 | 8,90 | 37,36 | 243,75 |
| Н | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 75,82 |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **25,85** | **25,98** | **83,71** | **605,07** |